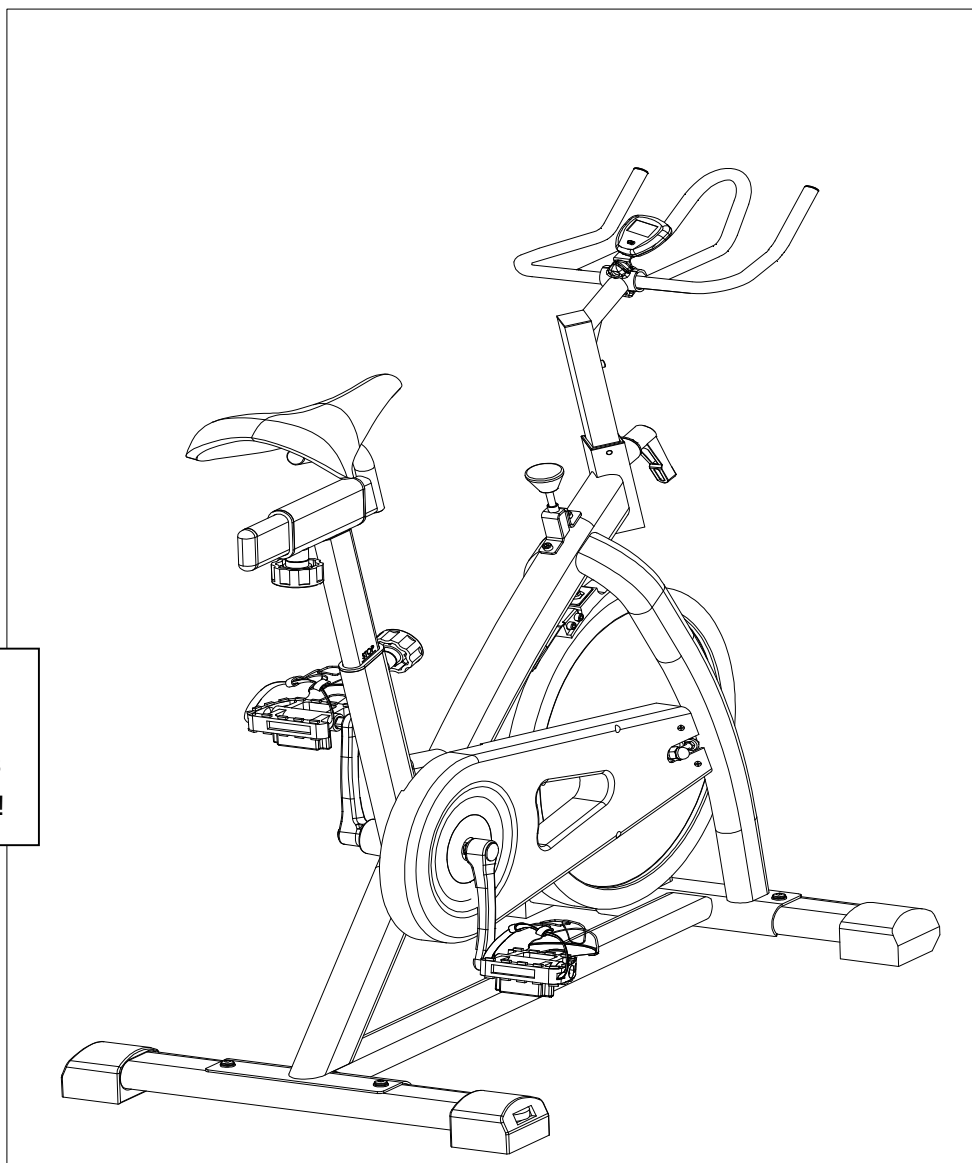




BIKING POWER II

Vélo de biking



www.fitness-doctor.fr

Retrouvez notre gamme sur
notre site internet et chez nos
revendeurs Fitness Boutique !

ATTENTION

Veuillez lire attentivement ces instructions avant d'assembler et d'utiliser ce produit.
Veuillez conserver ce manuel pour toute référence ultérieure.

Merci d'avoir choisi ce vélo de biking BIKING POWER II. Tout comme les autres références de notre gamme, ce produit répond à des normes de qualité très strictes pour votre confort ainsi que pour votre sécurité.

Nous vous recommandons de lire attentivement ce manuel d'utilisation et de le conserver pour une future consultation.

Informations importantes concernant la sécurité

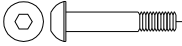
1. Il est important de lire tout le manuel avant d'assembler et d'utiliser le vélo d'appartement.
Une utilisation sécurisée et efficace ne peut être garantie que si l'équipement est assemblé, entretenu et utilisé correctement.
Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les utilisateurs du vélo d'appartement soient informés de tous les avertissements et précautions d'utilisation.
2. Avant de commencer tout programme d'entraînement, vous devez consulter votre médecin afin de déterminer si votre condition médicale ou physique pourrait mettre en danger votre santé et votre sécurité, ou vous empêcher d'utiliser correctement l'équipement. L'avis de votre médecin est essentiel si vous prenez un traitement médical qui concerne votre fréquence cardiaque, pression artérielle ou niveau de cholestérol.
3. Soyez à l'écoute des signaux envoyés par votre corps. Un entraînement incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Arrêtez de vous entraîner si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur, contraction dans la poitrine, battement de cœur irrégulier, essoufflement important, étourdissements, vertiges ou nausées. Si vous ressentez l'un de ces symptômes, vous devez consulter votre médecin avant de poursuivre votre programme d'entraînement.
4. Maintenez les enfants et les animaux loin de l'équipement. Le vélo de biking est conçu pour être utilisé par des adultes uniquement.
5. Utilisez le vélo de biking sur une surface solide, plane avec un tapis de protection pour votre sol ou un tapis. Pour garantir la sécurité, l'appareil doit disposer d'au moins 0.5 mètres d'espace libre autour de lui.
6. Avant d'utiliser le vélo de biking, vérifiez que les écrous et les boulons soient bien fixés.
7. Pensez à inspecter régulièrement et minutieusement le vélo de biking afin de déceler tout dommage ou usure qui pourrait nuire à votre sécurité.
8. Utilisez toujours le vélo de biking tel qu'indiqué. Si vous trouvez des éléments défectueux lors de l'assemblage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez des bruits inhabituels pendant son utilisation, arrêtez immédiatement votre entraînement. Ne l'utilisez pas jusqu'à ce que le problème ait été corrigé.
9. Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez le vélo de biking. Évitez de porter des vêtements lâches qui pourraient être pris dans l'appareil ou qui pourraient restreindre ou empêcher le mouvement.
10. Le Biking Power II a été testé sous la catégorie H.C. Poids maximum utilisateur : 120 kg.
11. L'équipement ne convient pas à un usage thérapeutique.
12. Faites attention lors de la manutention ou lors du déplacement du vélo de biking afin de ne pas vous faire mal au dos. Utilisez toujours des techniques de levage appropriées et/ou demandez de l'aide si nécessaire.

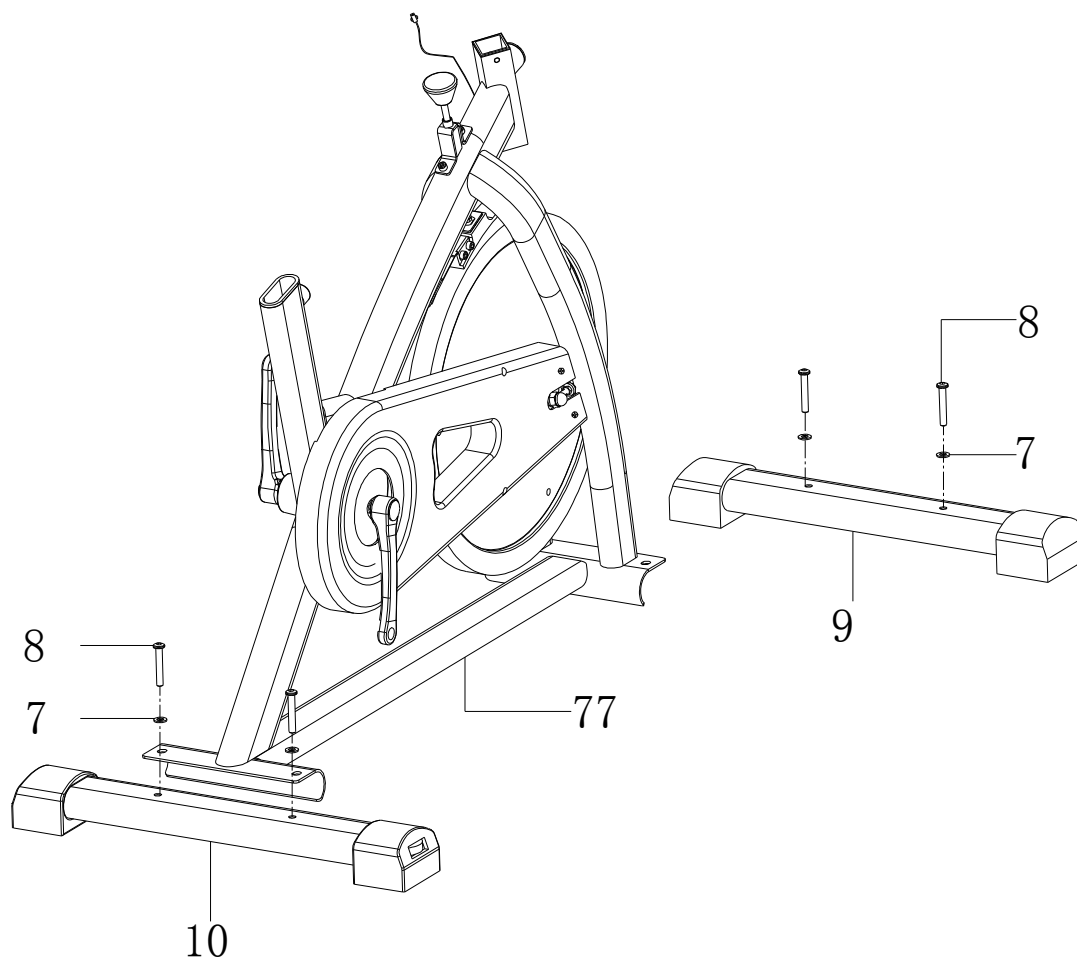
Liste des pièces

N°	Description	QTÉ	N°	Description	QTÉ
1	Compteur (XLG207)	1	31	Bloc de serrage $\Phi 27 \times 1,5 \times \Phi 24 \times 16$	1
2	Câble du compteur	1	32	Capuchon d'extrémité $\Phi 35 \times 3 \times M30 \times 1,5 \times 8 \times M16 \times 1,5$	1
3	Vis hexagonale M8*30	2	33	Poignée en L M16*1,5*18	1
4	Rondelle à ressort d8	2	34	Rouleau à ressort $\Phi 8$	1
5	Guidon	1	35	Écrou hexagonal M6	1
6G/D	Capuchon d'extrémité PT80*40	2	36	Écrou nylon M6	1
7	Rondelle d8* $\Phi 16 \times 1,5$	4	37	Vis M5*30	2
8	Boulon M8*50	4	38	Rondelle d5* $\Phi 10 \times 1$	4
9	Tube inférieur avant	1	39	Écrou nylon M5	2
10	Tube inférieur arrière	1	40	Plateau de frein à ressort	1
11	Vis 4,2*16	4	41	Rondelle d6* $\Phi 12 \times 1,2$	2
12	Capuchon d'extrémité PT80*40	2	42	Bouton hexagonal M6*12	2
13	Boulon M5*12	3	43	Plateau de frein	1
14	Potence du guidon	1	44	Ressort $\Phi 2 \times \Phi 24 \times \Phi 13 \times 15 \times N5$	1
15	Bague F38*38*120	1	45	Patin de frein 110*27*30	1
16	Capuchon d'extrémité F30*30*16	2	46	Feutre de laine 110*30*6	1
17	Douille elliptique PT70*30*66	2	47	Vis ST4,8*12	1
18	Tige de tube de selle	1	48	Capteur	1
19	Tube horizontal de la selle	1			
20	Selle	1			
21	Capuchon d'extrémité elliptique PT60*20*30	1	51	Roue	1
22	Grand bouton M16*1,5*27* $\Phi 56$	2	52	Entretoise $\Phi 18 \times \Phi 12,2 \times 6$	2
23	Douille elliptique PT70*30*145	1	53	Écrou M12*1*H19,5*S19	2
24	Levier de frein $\Phi 8 \times 189$	1	54	Écrou hexagonal M12*1*H6*S19	3
25	Douille entretoise de frein 1 $\Phi 12 \times \Phi 9 \times 15$	1	55	Câble de capteur	1
26	Support du compteur	1	56	Boulon M6*60* $\Phi 12 \times 5$	2
27	Support fixe du frein	1	57	Écrou hexagonal M6	4
28	Écrou M8*5 M8*5	1	58	Roulement 6001-2RS	2
29	Ressort $\Phi 1,5 \times \Phi 24 \times 21 \times N6$	1	59	Plateau de pédalier bidirectionnel (à	1

				16 dents)	
30	Bloc fixe du frein 13*13*11,5	1	60	Écrou M33*1*Φ41*4 gauche	2
61	Axe de roue	1	72	Vis ST4,8*16	2
62	Entretoise Φ18*Φ12,2*3	2	73	Entretoise Φ22*Φ18*5	1
63G/D	Pédale	2	74	Arbre Φ17*175*57*74,2*S25	1
64	Bouchon d'extrémité de la manivelle Φ25*7	2	75	Chaîne 1/2 po.*1/8 po.*104	1
65	Écrou hexagonal M10*1,25	2	76	Carter de chaîne	1
66G/D	Manivelle	2	77	Cadre principal	1
67	Rouleau en plastique d17	1	78	Rondelle d6*Φ16*1,2	2
68	Douille d'arbre	1	79	Vis M6*12	2
69	Roulement 6203-2RS	2	80	Clé Allen S6	1
70	Intérieur carter de chaîne	1	81	Tournevis S13-14-15	1
71	Rondelle d5*Φ10*1	11			

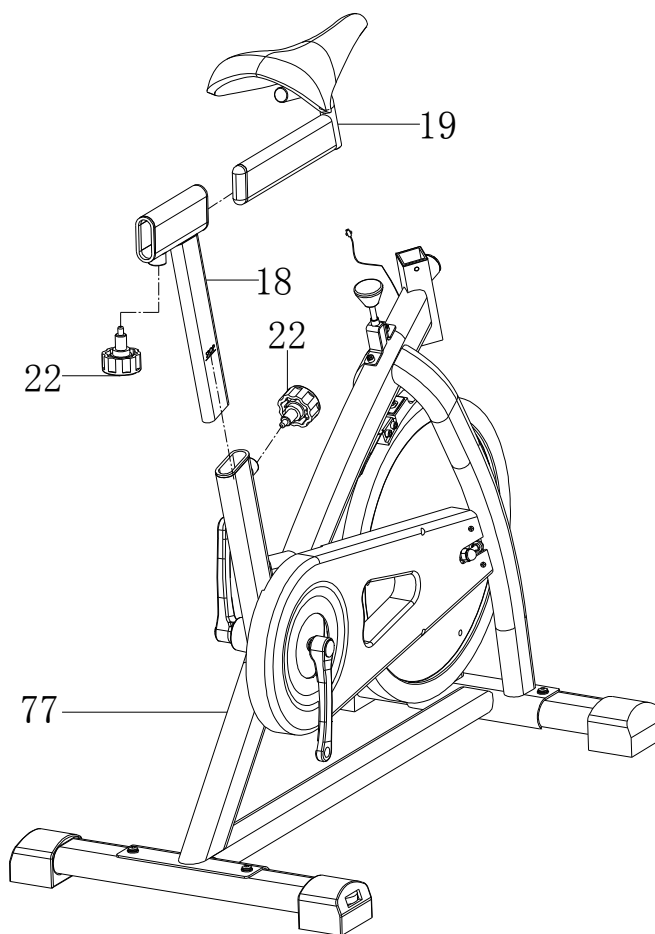
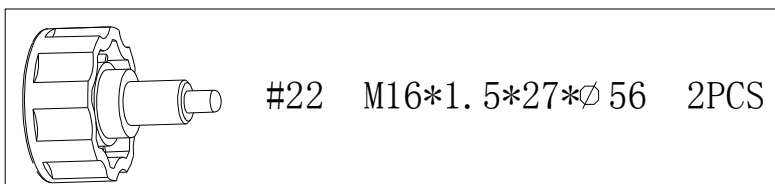
Etape N°1 :

	#8	M8*50	4PCS
	#7	d8* $\varnothing$ 16*1.5	4PCS



Attachez le tube inférieur (9 & 10) sur le cadre principal (77) avec des boulons(8) et des rondelles (7).

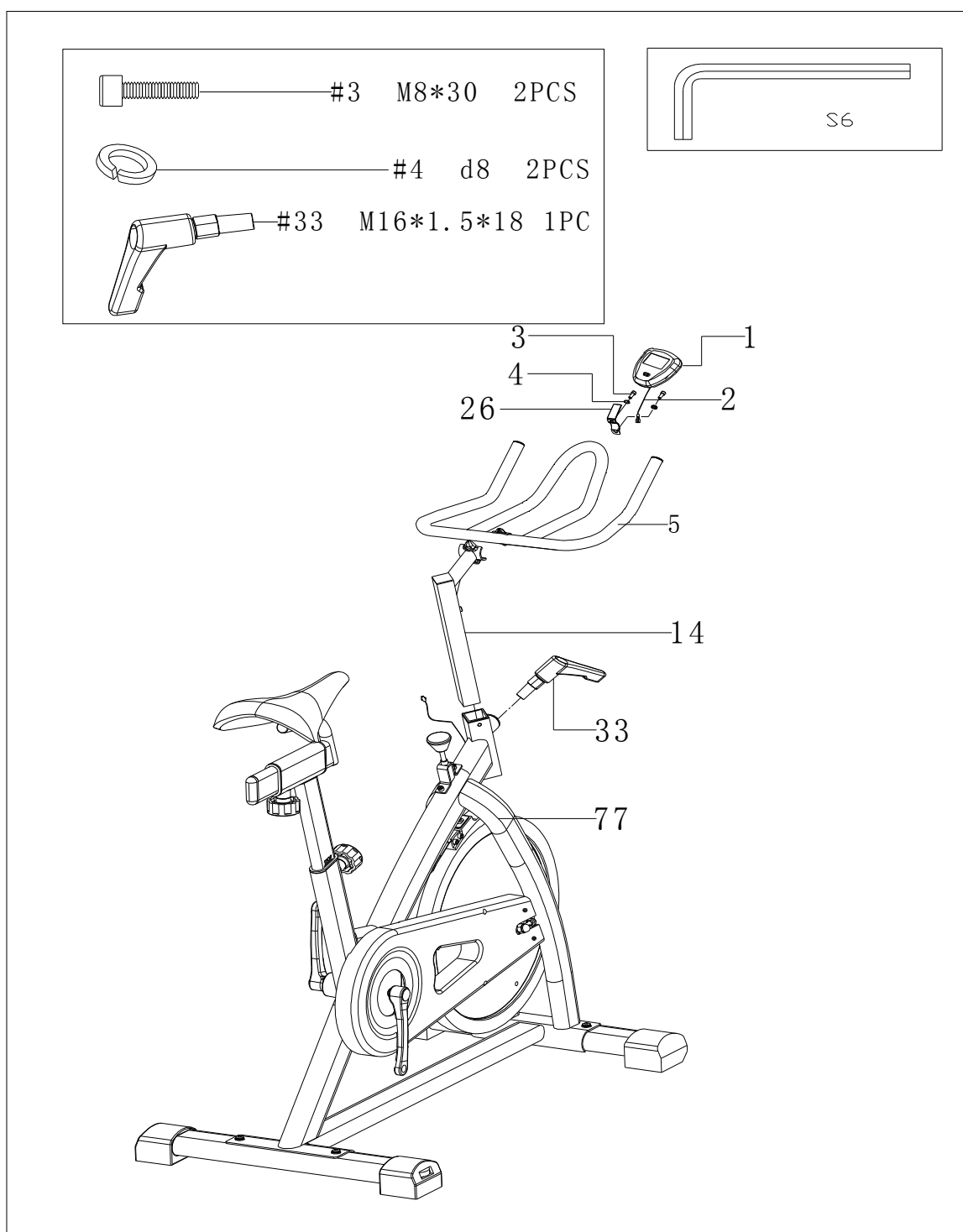
Etape N°2 :



Insérez la tige du tube de selle(18) dans le cadre principal (77) avec la fixer à l'aide du bouton(22).

Bloquez la tige horizontale de la selle (19) sur la tige du tube de selle(18) avec le bouton (22).

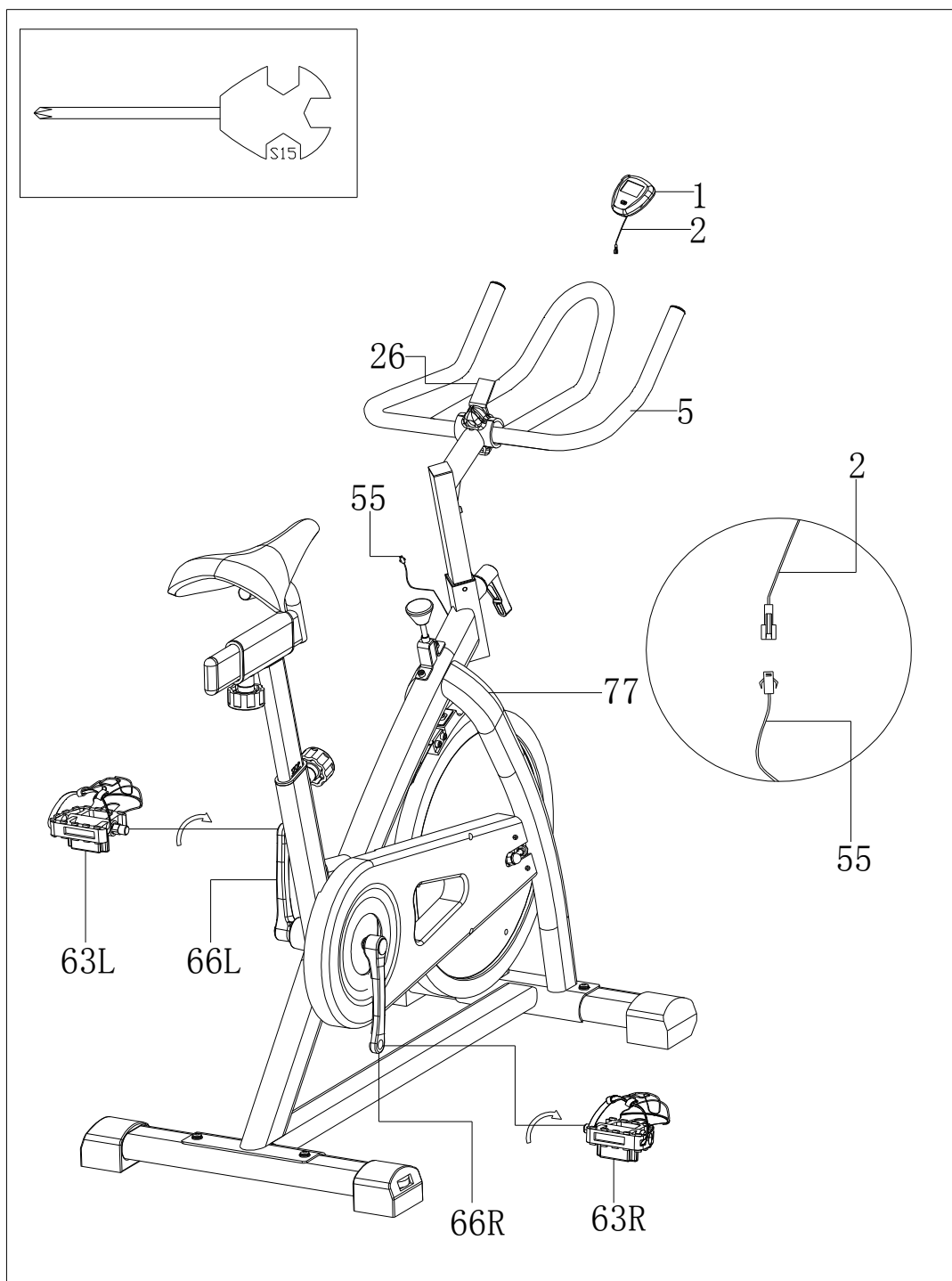
Etape N°3 :



Attachez la potence du guidon(14) au cadre principal (77) avec la poignée en L(33).

Bloquez le support du compteur (26) et le guidon (5) sur la potence du guidon (14) avec des vis hexagonales (3) et des rondelles à ressort (4).

Etape N°4 :



Vissez la pédale (63G/D) sur la manivelle (66G/D).

Fixez le compteur (1) sur le support (26), puis reliez le câble du compteur (2) au câble de capteur (55). L'assemblage est terminé.

FONCTIONNEMENT DU COMPTEUR

CARACTÉRISTIQUES :

DURÉE-----00:00 - 99:59 MIN:SEC
VITESSE-----0,0 – 999,9 KM/H OU ML/H
DISTANCE-----0,00 – 99,99 KM OU ML
CALORIES-----0,0 – 999,9 KCAL

FONCTION DES TOUCHES :

MODE/SELECT (MODE / SÉLECTIONNER) : Vous permet de sélectionner la fonction désirée. Maintenez la touche enfoncée pendant 4 secondes pour réinitialiser.

RESET/CLEAR (RÉINITIALISER / EFFACER) : Pour réinitialiser la valeur.

FONCTIONNEMENT :

AUTO ON/OFF (MARCHE / ARRÊT AUTOMATIQUE). Le compteur s'arrêtera automatiquement s'il n'y a aucun signal pendant 4 minutes. Le compteur s'allume automatiquement lorsque l'exercice commence ou lorsque une des touches est enfoncée.

FONCTIONS :

<1>.TIME(TMR) (DURÉE) Affichage de la durée d'entraînement.

<2>.SPEED(SPD) (VITESSE) Affichage de la vitesse actuelle.

<3>.DISTANCE(DST) Affichage des distances parcourues.

<4>.CALORIES(CAL) Affichage des calories dépensées durant l'entraînement.

<5>.SCAN (PARCOURIR) Parcourir automatiquement toutes les fonctions : ①TIME (DURÉE)②SPEED (VITESSE)③DISTANCE④CALORIES⑤SCAN (PARCOURIR).

BATTERY (BATTERIE) Si la qualité d'affichage de l'ordinateur est mauvaise, veuillez remplacer les piles afin d'obtenir un bon résultat. Ce compteur requiert deux piles « AA », une pile « AAA » ou une pile bouton « 1,5 V ». Il vous est recommandé de remplacer toutes les piles en même temps.

SERVICE APRES VENTE



Pour toute question technique, ou si vous avez besoin de pièces détachées, merci de contacter notre service après-vente :

SAV FITNESS DOCTOR

Netquattro / FitnessBoutique

ZI centr'alp

1450 rue Aristide Bergès

38430 Moirans

Tél : 04 76 50 69 71

e-mail : savnetquattro@netquattro.com